

kidiSCHOOOL
by ASPTT

kidiSCHOOOL by ASPTT

Le programme omnisports
pour les cycles 2 et 3



ASPTT
FEDERATION
OMNISPORTS
cultivons vos envies



asptt.com

MY ASPTT
2025

SOMMAIRE

1

LA FSASPTT

2

La littératie physique

3

kidiSCHOOL by ASPTT

4

Notre étude scientifique

5

Nos ambitions

1

LA FSASPTT

Qui sommes-nous?

La Fédération Sportive des ASPTT (FSASPTT) est une association de loi 1901, créée en 1898 par de jeunes postiers.

Ce mouvement, à l'origine corporatif, s'adresse maintenant à tout sportif, confirmé ou novice, individuellement ou au sein d'un collectif.

La FSASPTT réunit aujourd'hui 200 000 licenciés grâce à 230 clubs ASPTT implantés sur tout le territoire et dans les DROM COM, près de 200 activités sportives et culturelles y sont proposées dans le cadre du corpus de valeur suivant : compétence, convivialité, citoyenneté, respect des personnes et solidarité.

Reconnue par le Ministère des Sports, elle est membre permanent du Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF)

Grâce à notre licence ASPTT PREMIUM, les adhérents ont la possibilité de pratiquer plusieurs sports au sein d'un club ASPTT et de découvrir l'ensemble des activités proposées par ce club ASPTT.

Ils bénéficient également d'un certain nombre d'avantages, tels que les offres de nos partenaires ou bien l'accès à notre club PREMIUM.



230
CLUBS AFFILIES

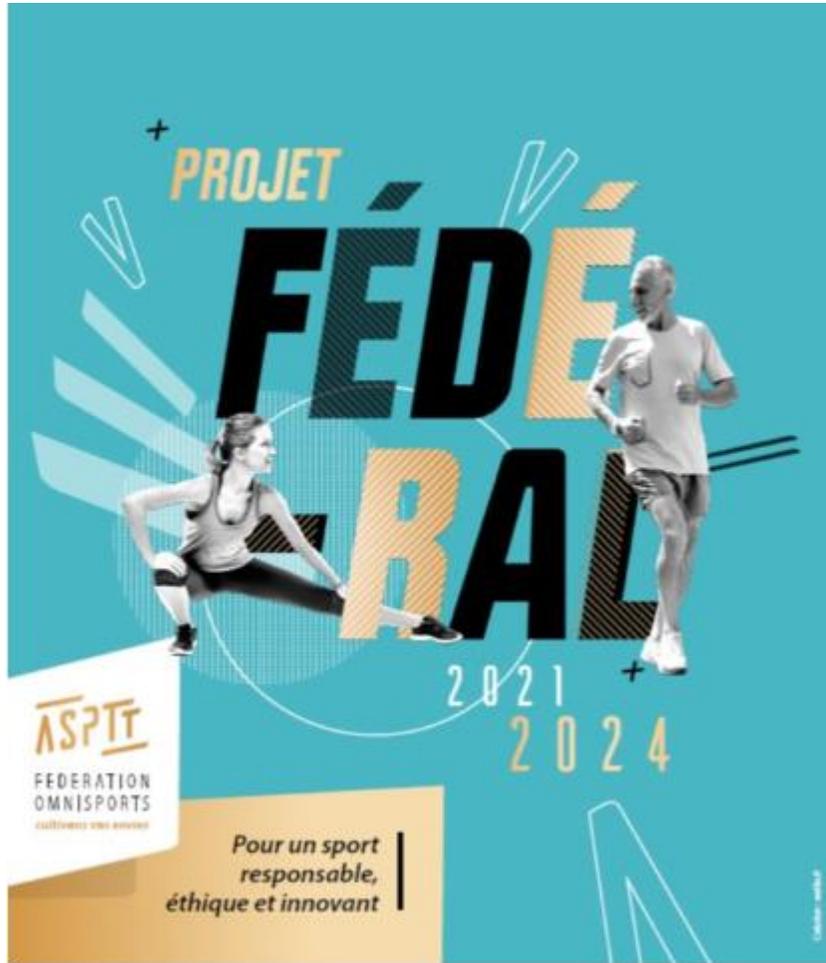


200 000
ADHERENTS



200
ACTIVITES PROPOSEES

Qui sommes-nous?



En faisant de l'omnisports le cœur de son Projet Fédéral, l'ASPTT Fédération Omnisports propose non seulement :

- + une pratique sportive à tous les âges de la vie dans ses clubs,
- + mais cherche aussi à promouvoir l'activité physique pour toutes et tous, pour mener une vie physiquement active et durable afin de rester en bonne santé.

Le projet sportif ambitieux de la FSASPTT consiste à briser la barrière de l'inactivité en s'appuyant sur le modèle développé au Canada appelé « Le sport c'est pour la vie Développement à Long Terme du Pratiquant / de l'Athlète (DLTP/A) » et en développant la littératie physique.

2

La littératie
physique

La littératie physique

La littératie physique se définit par : « La motivation, la confiance, la compétence physique, le savoir et la compréhension qu'une personne possède et qui lui permettent de valoriser et de prendre en charge son engagement envers l'activité physique pour toute sa vie ». (*International Physical Literacy Association, 2014*)

La littératie physique

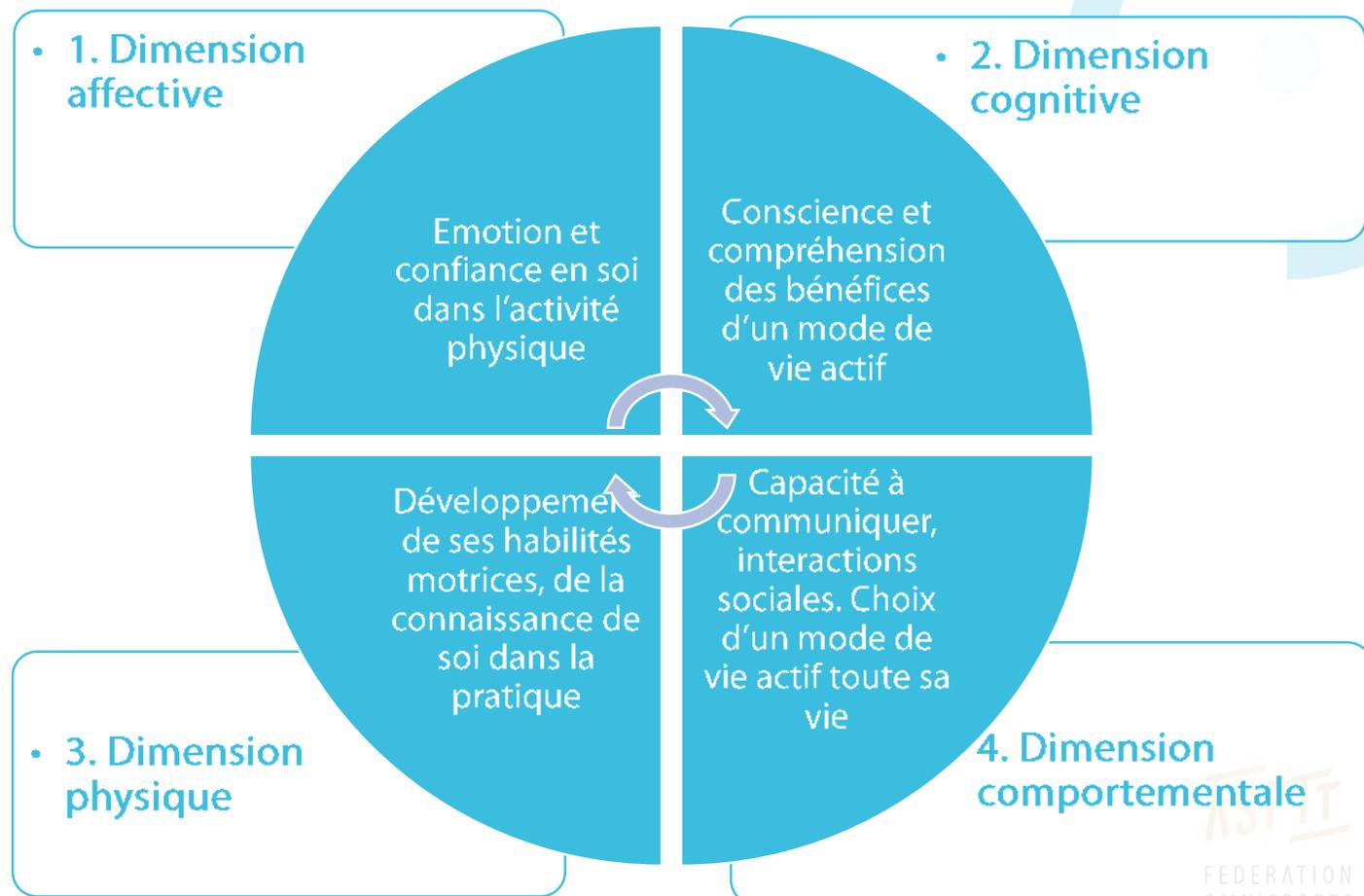
c'est...



Source : LE SPORT C'EST POUR LA VIE, Développement à long terme pour le sport et l'activité physique, Édition 3.0, janvier 2019, page 22.

La littératie physique

4 composantes essentielles autour de 4 dimensions (approche holistique) dont l'importance varie au cours de la vie.



3

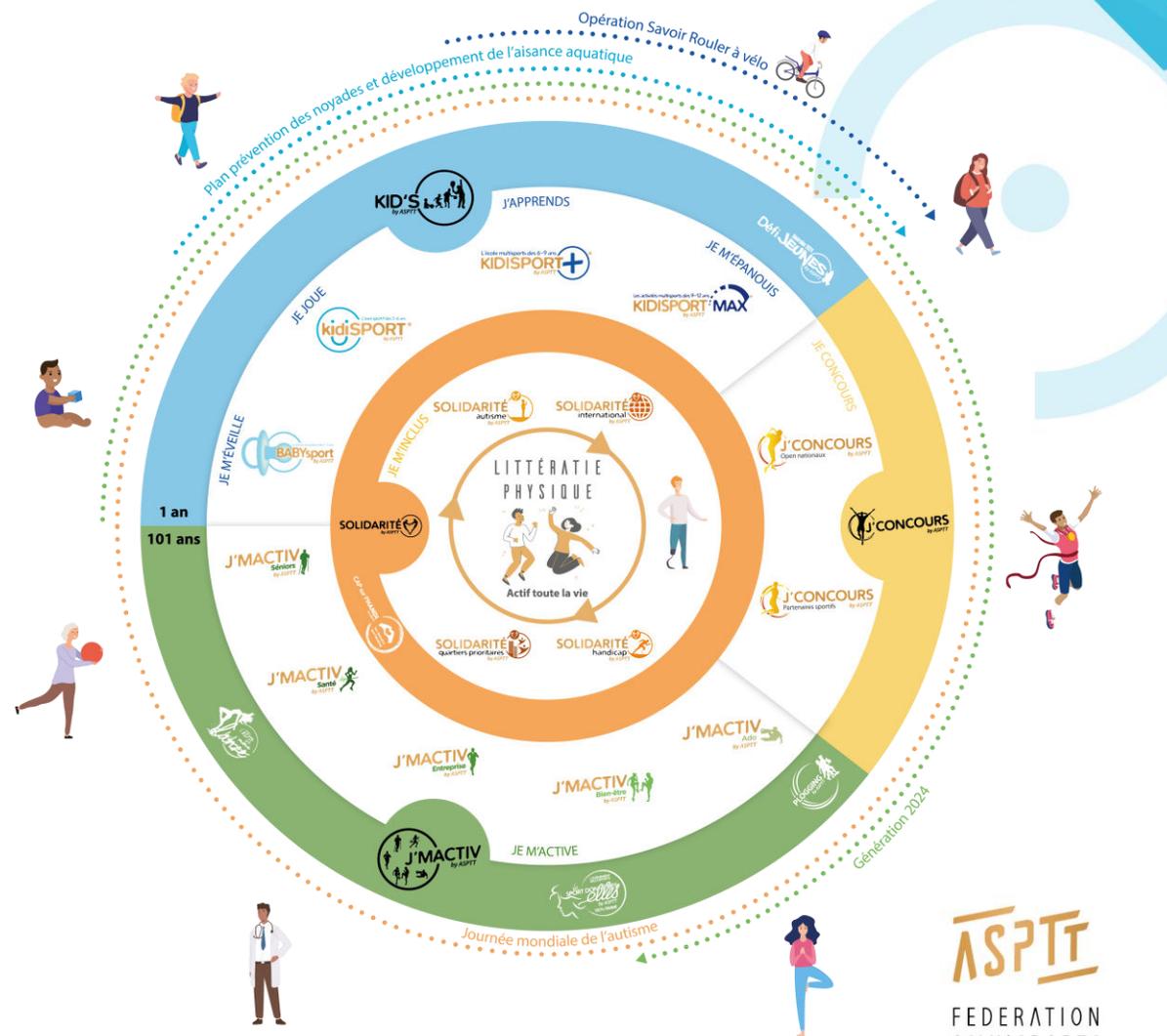
kidiSCHOOOL
by ASPTT

Notre gamme KID'S

L'offre sportive des ASPTT vise à accroître la **pratique omnisport pour tous**, de 1 à 101 ans. Elle est **composée de labels omnisports by ASPTT** et est enrichi par les événement by ASPTT.

kidiSCHOOOL by ASPTT s'inscrit dans notre gamme d'offre KID'S :

- + BABYsport
- + kidiSPORT
- + KIDISPORT+
- + KIDISPORTMAX



Pourquoi kidiSCHOOOL by ASPTT ?

Constat :

- + D'après l'OMS les enfants français sont loin de pratiquer une heure d'activité par jour pour leur santé
- + La France est classé 119^{eme} sur les 146 pays étudiés
- + L'espérance de vie en France est en baisse à cause d'un manque d'activités physiques

Notre réponse :

Proposer une offre omnisports adaptée aux besoins de l'Education Nationale et des écoles privées.

Utiliser le langage de l'Education Nationale et créer une offre qui réponde aux attentes du bulletin officiel.



Pourquoi kidiSCHOOOL by ASPTT ?

Amener la pratique d'activité physique et quotidienne dans les écoles

Proposer des activités physiques via la sphère hédonique

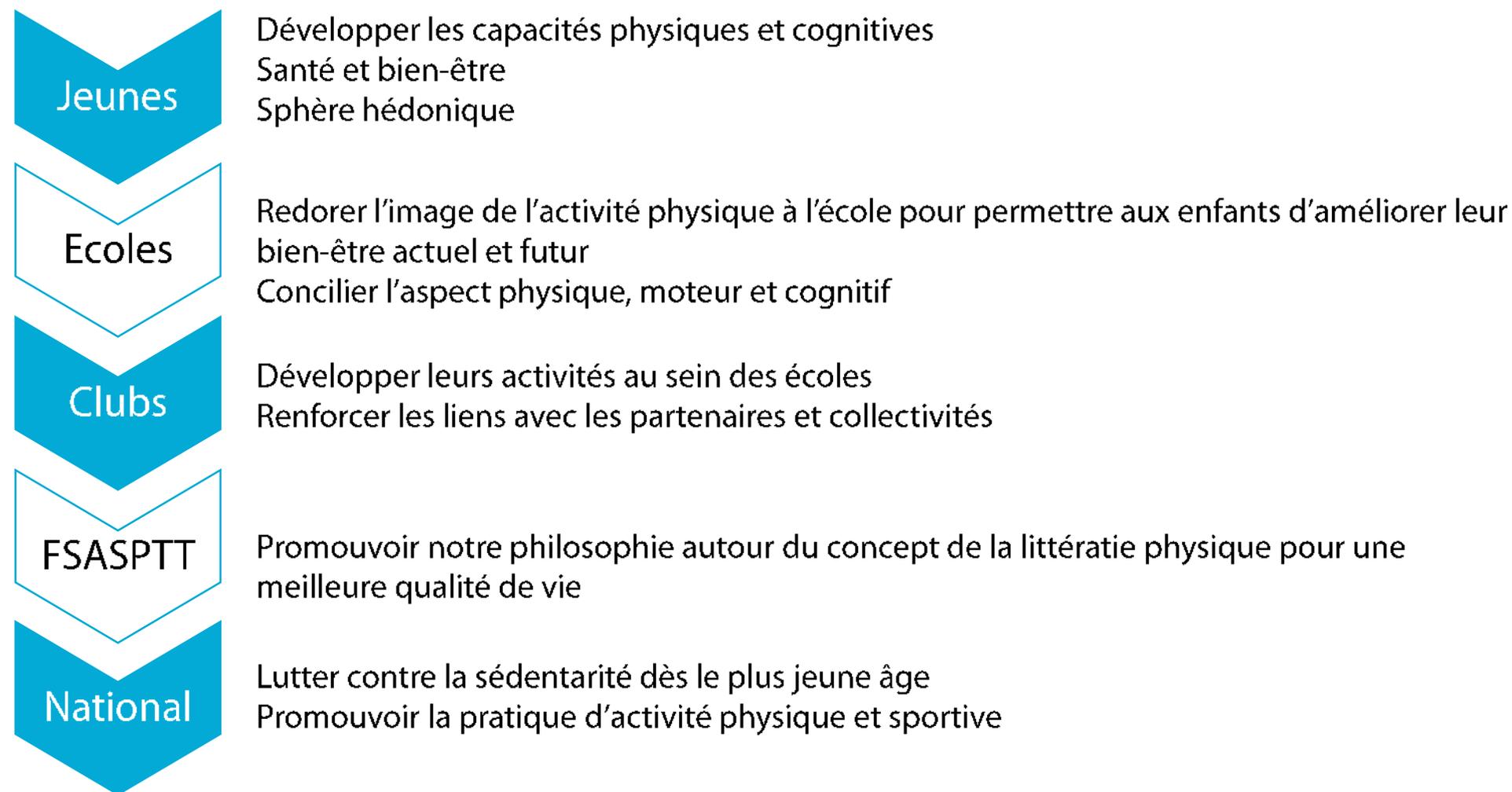
Apporter une plus value scientifique

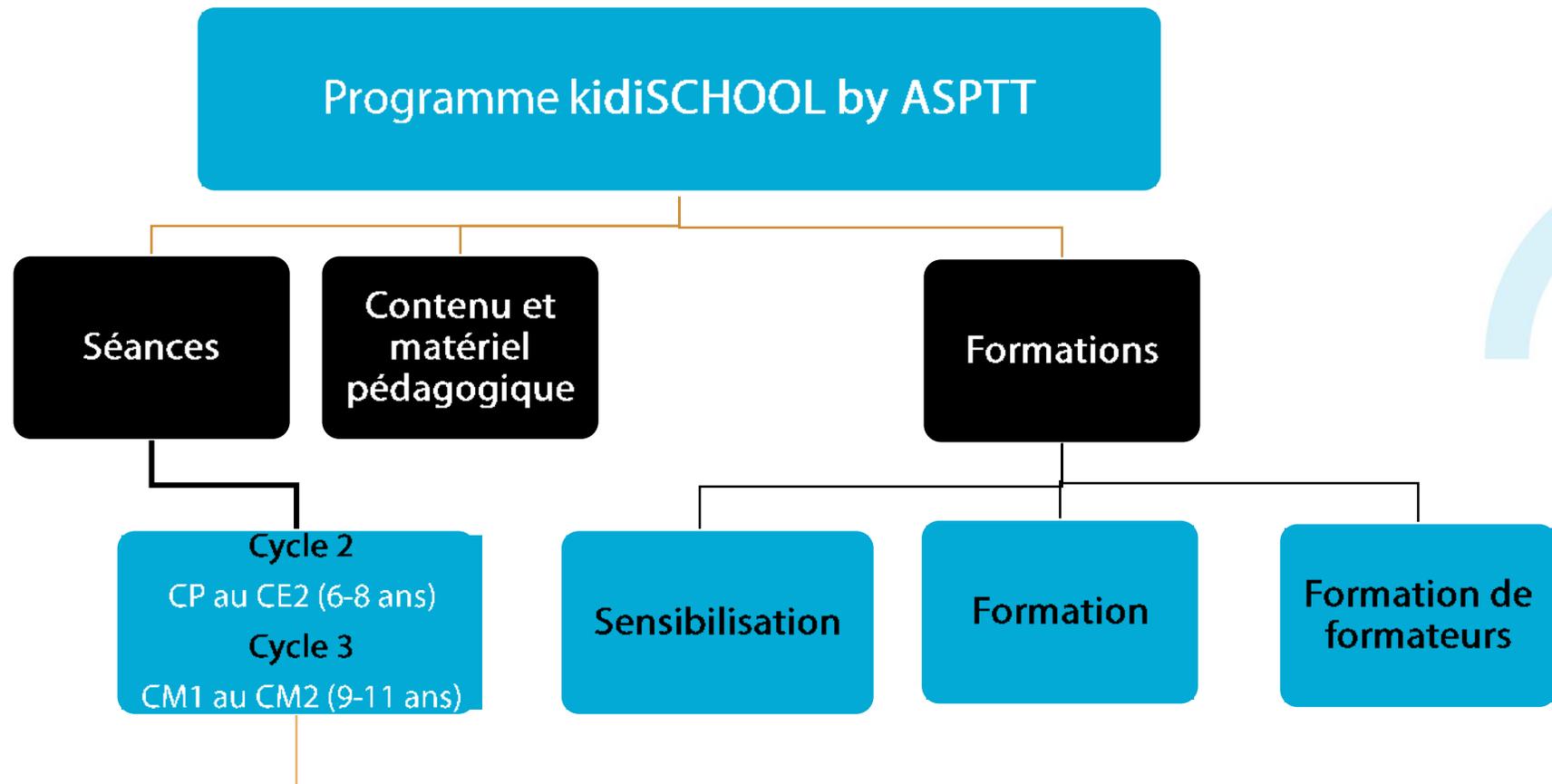
Utiliser notre label kidiSPORT by ASPTT

Cycle 2 :
6 à 9 ans

Cycle 3 :
9 à 11 ans hors
sixième

Les plus values pour chaque acteur :





- 1 - Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps.
- 2 - S'approprier, par la pratique physique et sportive, des méthodes et des outils.
- 3 - Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités.
- 4 - Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière.
- 5 - S'approprier une culture physique sportive et artistique (dont Savoir Nager et Savoir Rouler à Vélo)

Les livrets pédagogiques

kidiSCHOOOL by ASPTT

Livret pédagogique

kidiSCHOOOL by ASPTT

Cycle 2 : 6-9 ans

CHAMP 3 D'APPRENTISSAGE
S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et / ou acrobatique



ASPTT FEDERATION OMNISPORTS

asptt.com

MY ASPTT 2025

kidiSCHOOOL by ASPTT

Livret pédagogique

kidiSCHOOOL by ASPTT

Cycle 2 : 6-9 ans

CHAMP 4 D'APPRENTISSAGE
Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel



ASPTT FEDERATION OMNISPORTS

asptt.com

MY ASPTT 2025

Gymnastique/Acrosport

kidiSCHOOOL by ASPTT

CHAMP 3 D'APPRENTISSAGE
S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et / ou acrobatique

6-9 ans Séance 1 Atelier 1

ÉCHAUFFEMENT
« Ne te retrouve pas seul »

Durée : 10 minutes

Matériel : enceinte + musique, plots pour délimiter l'espace

Objectifs visés :

- Avoir une première approche musicale
- Avoir une première approche avec le contact de l'autre
- Les enfants **courent librement au rythme de la musique**. Quand la musique s'arrête, l'enseignant **annonce un chiffre** : « 3 » par exemple.
- **Les élèves se rassemblent** alors au plus vite par trois en se donnant la main. Ceux qui restent « libres » reçoivent un gage, toucher deux parois par exemple.
- Avant la reprise de la musique, l'enseignant désigne une **nouvelle forme de contact physique** pour la manche suivante : se toucher avec les pieds, se tenir épaule contre épaule, dos à dos, etc. À l'arrêt de la musique, les élèves forment à nouveau des groupes selon le chiffre annoncé.

Variantes : varier les déplacements, varier l'espace, varier l'intensité des déplacements (se déplacer en courant, en marchant, en ne faisant pas de bruit, etc.).



ASPTT FEDERATION OMNISPORTS

asptt.com

MY ASPTT 2025

Flag football

kidiSCHOOOL by ASPTT

CHAMP 4 D'APPRENTISSAGE
Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

6-9 ans Séance 3 Atelier 3

JEU N°2
« Flag football adapté »

Durée : 15-20 minutes

Matériel : ballons de Flag football, ceintures de flags, chasubles, plots

Objectifs visés :

- S'engager dans un affrontement individuel ou collectif en respectant les règles du jeu
- Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples
- Connaître le but du jeu
- Reconnaitre ses partenaires et ses adversaires

➤ L'Éducateur répartit les enfants en petits groupes (ex opposition 6 VS 6).

➤ **Chaque joueur va être équipé d'une ceinture de flag.**

➤ L'objectif est de pouvoir amener la balle dans la zone adverse pour l'attaquant soit :



Ultimate

kidiSCHOOOL by ASPTT

CHAMP 4 D'APPRENTISSAGE
Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

6-9 ans Séance 1 Atelier 2

JEU N°1
« Déplacements collectifs »

Durée : 15-20 minutes

Matériel : chasubles, frisbees en mousses, plots

Objectifs visés :

- Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples
- Reconnaitre ses partenaires et ses adversaires

➤ Par petit groupe, se déplacer d'un point A à un point B en se faisant des **passes avec le frisbee**. L'objectif est de ne pas faire tomber le frisbee sur l'ensemble de la traversée. Attention les règles de l'Ultimate sont initiées, il est donc **interdit de bouger lorsque que l'on a le frisbee en main.**

Variantes : possibilité d'effectuer un relais, varier le nombre de personnes, la taille de l'espace et la distance entre les 2 points.

Complexification : passe en coup droit, réception à 1 main.



ASPTT FEDERATION OMNISPORTS

asptt.com

MY ASPTT 2025

Danse

kidiSCHOOOL by ASPTT

CHAMP 3 D'APPRENTISSAGE
S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et / ou acrobatique

6-9 ans Séance 3 Atelier 4

RETOUR AU CALME
« L'heure de relâchement »

Durée : 10 minutes

Matériel : aucun

Objectifs visés :

- Faire redescendre l'excitation pour un retour en classe plus calme
- Expliquer aux élèves les objectifs de la séance et les préparer aux séances suivantes

➤ Expliquer à la classe, réunie en cercle, **ce qui a été fait et pour quelles raisons** (découverte de l'activité danse, apprendre à s'exprimer sans avoir peur du regard de l'autre).

➤ Aperçu de la prochaine leçon.

➤ Tous les enfants se mettent en tailleur et ferment les yeux (mettre une musique relaxante). Au **top de l'éducateur, se relever le plus doucement possible et retourner dans les vestiaires (ou la classe), sans faire de bruit.**



ASPTT FEDERATION OMNISPORTS

asptt.com

MY ASPTT 2025

4

Notre étude
scientifique

Notre étude scientifique

+ **Sujet de l'étude :**

« Évaluation des effets d'un programme d'activité physique structuré sur les capacités cognitives, les habiletés motrices et la santé physique de l'enfant âgé de 6 à 11 ans »

+ **Durée de l'étude :** de septembre 2022 jusqu'en novembre 2025

+ **Parties prenantes :**

- **Doctorante :** Lou DAMBEL, IAPS, Université de Toulon
- **Sous la direction de :** DUCHÉ Pascale (Pr, directrice de thèse) - IAPS, Université de Toulon
- **Laboratoire :** Impact de l'Activité Physique sur la Santé Unité de Recherche UR IAPS - n°201723207F, Université de Toulon
- **Tuteur en entreprise :** Dr Jacques ROUSSEL – Médecin fédéral de la Fédération Sportive des ASPTT
- **Entreprise :** Fédération Sportive des ASPTT
- **Laboratoire :** Impact de l'Activité Physique sur la Santé Unité de Recherche UR IAPS - n°201723207F, Université de Toulon
- **Sujets :** enfant de 6 à 11 ans pratiquant une activité physique au sein de clubs ASPTT

Notre étude scientifique

L'ASPTT propose un programme d'activité physique intitulé KIDIsport+®, qui favorise la pratique sportive chez l'enfant en lui proposant des séances les sensibilisant aux grandes familles d'activités physiques.

Les objectifs seront d'évaluer :

- l'interaction entre les paramètres moteurs – physiques et cognitifs
- l'adhésion et de l'observance d'un programme d'activité physique chez le jeune enfant
- l'effet des modalités de l'intervention
- l'effet des ruptures du mode de vie (vacances)

Ce travail de recherche vise également à apporter des réponses à des questions de santé publique.

Une batterie de tests a été développée, les clubs engagés dans la démarche ont été formés et les premiers tests ont démarré le 15 octobre 2022

A large, stylized white number '5' is the central focus. To its left, there are decorative white elements: a large circle with a smaller white circle inside, and a thick white curved line. Below the '5', there is a pattern of small white dots arranged in a grid-like fashion, fading out towards the left. The background is a solid light blue color.

5

Nos ambitions

Nos ambitions

Signature d'une convention avec l'Education Nationale et le Ministère des Sports et des JOP dans le but de :

- + **Renforcer le sport dans le milieu scolaire** par la mise en place d'actions qui concourent à l'éducation, la réussite et l'épanouissement des élèves en lien avec les enjeux sociétaux pris en compte dans les programmes ministériels :
 - Le renforcement des principes de la République et des valeurs sportives
 - L'accès à la pratique pour tous
 - La mixité
 - La préservation de la santé
 - La lutte contre le harcèlement scolaire
 - L'engagement associatif et la responsabilisation des jeunes
- + **Avoir des moyens et des modalités de mise en œuvre :**
 - Accompagner la formation des enseignants
 - Accompagnement fédéral

Contact

Mathieu COULOT
Chargé de développement sportif

asptt.developpement@orange.fr

02 38 69 01 01

723 avenue de la pomme de pin
45590 ST-CYR-EN-VAL

